

3 月 献 立 表

明 照 保 育 園

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
2 月	クラムチャウダー ごまネーズあえ バターロール	バターロール ジャがいも バター小麦粉 すりごま(白) マヨネーズ	あさりむき身 ベーコン スキムミルク 鶏ささ身	たまねぎ にんじんグリーンピース(冷凍) キャベツ コーン缶 ほうれんそう	牛 乳 コーンフレーク	牛 乳 グリーンケーキ
3 火	菜の花のちらしずし ささみのゆかり揚げ 潮汁 ごはん	米 さとう 油 白ごま 小麦粉	油揚げ 卵 刻みのり 鶏肉ささ身スキムミルク あさり(焼付)	かんぴょう(乾) にんじん だけのこ缶 干し椎茸 なばな ゆかり粉 キャベツ みつば	牛乳 ビスケット	お 茶 いがまんじゅう
4 水	豚肉のケチャップ味 コンソメスープ ミルクロール	ミルクロール 油 かたくり粉 マカロニ	豚もも肉 ウィンナー	たまねぎ しめじ キャベツ かぶ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 ぼんせんべい	クリーミーミルク クラッカー
5 木	【だてわりランチ】 ハムサラダサンド トマトカレースープ フルーツゼリー 食パン	食パン バターマヨネーズ フルーツゼリー	ロースハム チーズ 鶏もも肉	キャベツ きゅうり コーン缶 たまねぎ トマト にんじん しめじ パセリ	 牛 乳 あられ	お 茶 塩せんべい
6 金	五目きんぴら じゃがにら汁 味付け煮干 ごはん	米 油 糸こんにゃく さとう 白ごま ごま油 じゃがいも	鶏もも肉 揚げはん 削り節 味付け煮干	ごぼう にんじん さやえんどう たまねぎ えのきだけ にら	牛 乳 おこし	かんきつ類 小麦胚芽クッキー
7 土	【なかよし保育】 【認定こども園説明会】	おたのしみランチ			牛 乳 のり巻きせんべい	
9 月	きのこスパゲティ ミルクスープ ロールパン	ロールパン スパゲティ 油 バター	むきえび 刻みのり ウィンナー 牛乳 スキムミルク	青ピーマン にんにく たまねぎ えのきだけ しめじ ブロッコリー にんじん はくさい	牛 乳 おかき	牛 乳 いちごサンド
10 火	【誕生会】ひじきごはん 春菊と桜えびのかき揚げ すまし汁 ごはん	米 糸こんにゃく 油 小麦粉 ぶ	ひじき 鶏もも肉 油揚げ さくらえび 卵 スキムミルク 豆腐 生わか め削り節	にんじん グリンピース(冷凍) しゅんぎく たまねぎ コーン缶 もやし えのきだけ 葉ねぎ	りんごジュース クッキー	紅 茶 ケーキ
11 水	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ 油 麦 さとう 油 ジャがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ パイン缶 パセリ	牛 乳 塩せんべい	りんごジュース のり巻きせんべい
12 木	肉と野菜のみそ炒め 白菜スープ 麦ごはん	米 麦 さとう ごま油 油	豚もも肉 ベーコン	しょうが ごまつな たまねぎ だけのこ缶 なす 赤ピーマン はくさい にんじん さやえんどう	牛 乳 クラッカー	お 茶 開口笑
13 金	魚の甘酢あんかけ 中華スープ クロロール	クロロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 ベーコン 豆腐 生わかめ	赤ピーマン たまねぎ だけのこ缶 しめじ さやいんげん 根菜ねぎ にんじん	牛 乳 かりんとう	発酵乳 フレークバー
14 土	【家族ふれあいの日】	ふれあいランチ *おにぎりがいります 			牛 乳 チーズ菓子	
16 月	【月組：竹島遠足】 肉団子と白菜のスープ煮 中華サラダ レーズンロール	レーズンロール パン粉(乾燥) さとう 白ごま ごま油	鶏むね肉 卵 ロースハム	しょうが にんじん たまねぎ にら はくさい 干し椎茸 もやし きゅうり みかん缶	牛 乳 小麦胚芽クッキー	お 茶 きなこおはぎ
17 火	煮魚 合わせみそ汁 いちご ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも	さかな 生わかめ 煮干し	しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ いちご	牛 乳 ごませんべい	野菜果汁 ビスケット
18 水	豚肉のケチャップ味 コンソメスープ ミルクロール	ミルクロール 油 かたくり粉 マカロニ	豚もも肉 ウィンナー	たまねぎ しめじ キャベツ かぶ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 ぼんせんべい	クリーミーミルク クラッカー
19 木	【月組：三世交代流会】 五目きんぴら じゃがにら汁 味付け煮干 ごはん	米 油 糸こんにゃく さとう 白ごま ごま油 じゃがいも	鶏もも肉 揚げはん 削り節 味付け煮干	ごぼう にんじん さやえんどう たまねぎ えのきだけ にら	牛乳 あられ	お菓子 いろいろ
20 金	高野豆腐の卵とし わかめとしらすの酢の物 一口ゼリー ごはん	米 油 さとう 一口ゼリー	高野豆腐 ちくわ 卵 削り節 生わかめ しらす干し	にんじん たまねぎ さやえんどう キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 パイ菓子	かんきつ類 小麦胚芽クッキー
23 月	きのこスパゲティ ミルクスープ ロールパン	ロールパン スパゲティ 油 バター	むきえび 刻みのり ウィンナー 牛乳 スキムミルク	青ピーマン にんにく たまねぎ えのきだけ しめじ ブロッコリー にんじん はくさい	牛 乳 おかき	りんごジュース ピザポテト
24 火	魚フライ 白みそ汁 ごはん	米 小麦粉 パン粉(乾燥) 油	さかな 卵 豆腐 油揚げ 削り節	キャベツ だいこん 葉ねぎ	牛 乳 卵ボーロ	牛 乳 パイ菓子
25 水	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米 サラダ 油 麦 さとう 油 ジャがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ パイン缶 パセリ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 手作りロールケーキ
26 木	ぞつえんしき(紅白もち) 花・星・雪・赤組 は前日にもらいます 					
27 金	【修了式】 魚の甘酢あんかけ 中華スープ クロロール	クロロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 ベーコン 豆腐 生わかめ	赤ピーマン たまねぎ だけのこ缶 しめじ さやいんげん 根菜ねぎ にんじん	牛 乳 かりんとう	発酵乳 クッキー

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。

今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。 乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。

